

Bien que seule visée directement par la loi ecclésiastique, la mortification alimentaire n'est que le type de toutes les autres privations qui conviennent au temps de la pénitence. Dans l'hymne des matines du Carême, l'Eglise demande à ses enfants de savoir se priver du côté des paroles, du manger, du boire, du sommeil et des jeux, de vivre dans une retraite un peu plus sévère et d'éviter tout ce qui peut entraîner au mal. Voilà surtout pour le corps, et ceux qui ont de bonnes raisons pour se dispenser de la pénitence officielle ont toute facilité pour trouver matière à mortification : conversations, lectures, spectacles, fréquentations, habitudes de bien-être et de mollesse, recherche excessive des biens de la terre, autant de points sur lesquels le chrétien bien avisé ne manque pas de se surveiller, de se priver et de se corriger.

L'âme a aussi sa part. Elle s'exerce à demander pardon de ses fautes, à en étudier les causes pour les supprimer ou au moins les diminuer, et à faire un effort particulièrement énergique pour son avancement spirituel et tout d'abord sa conversion, s'il est nécessaire.

Il y a là toute une ascèse à laquelle les saints se sont pliés avec empressement. Les bons chrétiens s'y astreignent, et ce sont ordinairement ceux qui en auraient le plus grand besoin qui cherchent tous les prétextes pour s'y soustraire. Saint Paul rappelait aux Corinthiens le régime sévère auquel se soumettaient les athlètes qui voulaient se disputer les prix dans les jeux publics : " Quiconque veut lutter, s'abstient de tout, eux, pour une couronne périssable, nous, pour une impérissable (1). " Combien qui pour obéir à la tyrannie des usages mondains, de la mode, du plaisir, s'infligent des mortifications et des privations souvent dangereuses, et toujours beaucoup plus pénibles que la pénitence réclamée par l'Eglise durant le Carême !

Pour encourager ses enfants à la pénitence, l'Eglise leur en indique les heureux fruits dans la préface quadragesimale.

*Vitia comprimis*, la répression efficace des vices, vices de l'esprit et vices de la chair, l'orgueil et ses suites, la sensualité et ses conséquences. Par le fait du péché originel et de ses péchés personnels, l'homme est un blessé, un malade, qui doit vivre de régime. Pour refouler le mal dont

(1) *Corinthiens*, IX, 25.